



# Faire une tarte poire chocolat sans gluten

La tarte poire chocolat sans gluten sans lactose est idéale pour le goûter. Facile à faire avec un mix de farine tout prêt ou votre mix maison préféré, vous allez régaler tous les gourmands sans gluten.

**Préparation** 20 minutes

**Cuisson** 40 minutes

**Total** 1 heure

**Portions** 6 personnes

**Auteur** Mathilde

## Ingrédients

Pour faire une pâte à tarte sucrée sans gluten :

- 300 g de farine sans gluten (mix Schär pour moi)
- 90 g de poudre d'amande
- 70 g de sucre
- 4 œufs
- 3,5 c à soupe d'huile d'olive
- 2 pincées de sel

Pour la garniture :

- 3 grandes poires ou 1 boîte de conserve
- 200 g de chocolat sans gluten
- 1 œuf
- 100 g de sucre
- 50 g de farine sans gluten
- 3 c à soupe de crème d'amande ou de crème fraîche si autorisée

## Préparation

Pour faire la pâte sucrée :

1. Dans un récipient, versez *la farine*, le *sel*, le *sucre* et la *poudre d'amande*. Puis ajoutez les *œufs* et l'*huile*. A la main ou avec un robot, malaxez la préparation jusqu'à obtenir une pâte collante. Faites-en une boule.
2. Préchauffez votre four à 180°C. Placez la pâte sur une *feuille de papier sulfurisé* avec un *peu de farine*. Placez par dessus une *seconde feuille de papier sulfurisé* puis étalez la pâte avec un rouleau à pâtisserie.
3. Transvasez la feuille de papier sulfurisé avec la pâte dans votre plat à tarte . Piquez bien avec une *fourchette* pour éviter que cela ne gonfle. Et précuisez la pâte pendant 5 à 7 minutes à 180°C.

Pour la garniture :

1. Faites fondre *le chocolat* au bain marie ou au micro-onde. Puis sortez le moule du four et étalez *le chocolat* (tant qu'il est chaud, c'est plus facile) sur la pâte.
2. Épluchez et coupez vos *poires en deux*. Déposez les demi-poires sur le chocolat.
3. Dans un récipient, mélangez *l'œuf*, le *sucre*, la *farine* et la *crème*. Si cela vous paraît trop épais, ajoutez un *peu de jus de poire*. Puis versez le mélange sur la tarte.
4. Mettre le tout au four pendant *environ 35 minutes à 210°C*.

## Notes

À la fin de la cuisson, j'ai ajouté un tout **petit peu de sucre** pour caraméliser le dessus des poires mais ce n'est pas obligatoire.

Si votre pâte à tarte est **trop collante**, ajoutez un **peu de farine** en plus. Si elle vous semble **trop friable**, ajoutez un tout **petit peu d'eau**.

Pour faciliter **l'étalage de la pâte**, vous pouvez la laisser reposer **1h au frais** avant de la travailler.

09/11/2020

Faire une tarte poire chocolat sans gluten - Ma vie de Coeliaque

Recette Faire une tarte poire chocolat sans gluten créée par Mathilde de Ma Vie de Coeliaque  
<https://maviedecoeliaque.fr/tarte-poire-chocolat-sans-gluten/>